



FAMILIES

TACKLING TOUGH TIMES

TOGETHER

FAMILIAS UNIDAS ABORDANDO
LOS TIEMPOS DIFÍCILES



FAMILIA

NIÑOS

¡Tomamos Acción! Movilizando Recursos Económicos y Sociales

Como sabemos, los niños pueden experimentar preocupaciones acerca de los retos que toman lugar en sus vidas. Los cambios en la vida de nuestros niños son oportunidades importantes para hablar de lo que se espera de ellos. Es importante compartir con ellos que está bien pedir ayuda y después darles las herramientas para hacerlo. Lo más importante es que nosotros escuchemos a nuestros niños compartir sus preocupaciones acerca de los cambios.

Empoderando a su Niño a Lidar con el Cambio

Muchos niños tienen preocupaciones acerca de los cambios en sus vidas por lo de la pandemia. Podemos no estar enterados que nuestros niños se preocupan como nosotros lo hacemos. Se preocupan acerca de los cambios en las rutinas, estar lejos de sus padres o familiares, y que comerán para el almuerzo, por nombrar algunos. Ayudando a los niños a lidiar con sus preocupaciones y preguntando a otros por ayuda es importante. Nosotros debemos animar a los niños a preguntar o compartir sus preocupaciones acerca de las cosas nuevas, cambios en sus vidas, y/o que es lo que les preocupa a ellos. Un niño quien conoce más acerca de los cambios y como entenderlos mejor, se ajusta mejor y se hace más resistente.

Recursos para lidiar con el Cambio

- Para hacer más leves las preocupaciones de sus niños, es importante hablar con ellos por qué están pasando esos y como se pueden enfrentar como familia. [También es importante animarlos a preguntar y pedir ayuda cuando están preocupados o asustados.](#)
- Usando una cubre boca puede ser algo nuevo para su niño. Algunos niños pueden encontrarse emocionados de ponerse una cubre boca mientras otros lo encuentran intimidante. Como todo lo nuevo, hablar con su niño acerca del porque ellos tienen que usar una cubre boca. Puede compartir algunas cosas similares a las nuevas experiencias, cosas como usar el cinturón para mantenernos seguros en el carro. [Considere modelar ponerse la cubre boca y discutir cómo ponérsela y cuando debe usarse.](#) Para ayudar a otros niños a entender de la importancia de usar la mascarilla y como usarla apropiadamente, puede ver o leer en voz alta [el video en YouTube](#) Puede también hablar con su niño como ellos pueden saber cómo se siente una persona que tiene un cubre boca por medio del lenguaje corporal y los ojos de la persona.

Para aprender más acerca de la ciencia detrás de la importancia de enseñar a los niños a lidiar con el cambio puede leer el estudio y la información de abajo;

- [Ayudando a los Niños a Lidar Con Los cambios Resultado del Coronavirus](#)
- [Nuevos Estudios que Identifican Como Lidar Con Estrategias Para Niños](#)